A Revista Oficial da Terapia Holística

# Revista TH

Dezembro - 2014 / Janeiro - 2015

34ª

34

## FINAL DE ANO

E AS ESSÊNCIAS FLORAIS DE BACH

## PAPAI NOEL E OS XAMÃS

LENDAS, PUBLICIDADE E TERAPIA

## OBRIGAÇÃO DE SER FELIZ

E AS ANGÚSTICAS DAS FESTAS

## O CLIENTE E A SATISFAÇÃO

## ALQUIMIA DAS ERVAS

## A COR PRETA

ESTRÉIA DO FORMATO REVISTA DIGITAL

Capa: Fênix
Modelo: Pam
Arte Digital: Henrique Vieira Filho

# ÍNDICE


**04** Os Festejos De Fim De Ano E Os Florais De Bach

**07** As Tradições Xamânicas E Sua Incorporação À Mitologia Do "Papai Noel"

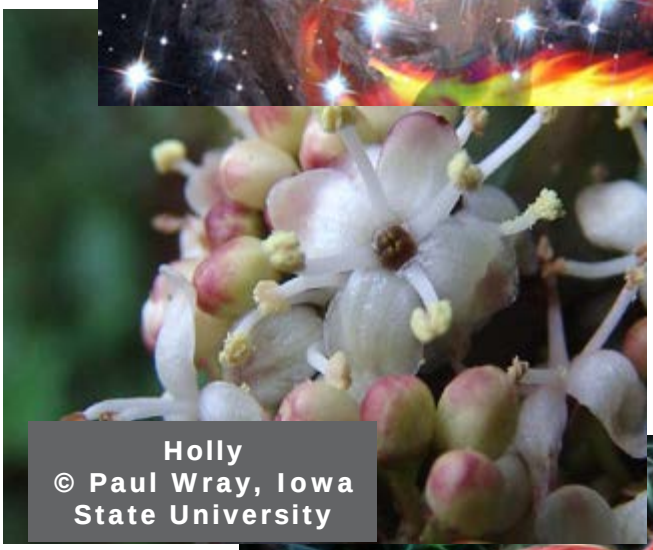
**10** Calendários, Deuses E O Nexo Temporal

**14** Obrigação De Ser Feliz vs Angústia de Fim De Ano

**19** O Cliente E A Satisfação

**23** Os efeitos da cor preta na cromoterapia e na sua vida

**25** Alquimia Das Ervas

Holly
© Paul Wray, Iowa State University

Xamanismo
Arte Digital:
Henrique Vieira Filho

Walnut
© Goran Sweden´s

# Editorial

É com grande prazer que publicamos esta que é a **34a Edição Online da Revista TH, a Revista Oficial da Terapia Holística**.

Além do já consagrado formato de "site", que contém **TODOS os Artigos** já publicados neste cinco anos da Revista, prestigiaremos cada Edição, individualmente, que passará a ser publicada em formato de **Revista Digital** e em duas versões: a que maximiza a visualização em computadores desktop e a que extrai o máximo de conforto para a leitura em celulares e tablets.

Em recente relatório de acessos, constatamos um grande aumento de colegas que utilizam seus "smartphones" para apreciar a Revista TH e fizemos questão de evoluir o formato para que tenham a melhor experiência de leitura.

Com a proximidade de final de ano e início de um novo, esta Edição destacou temas relacionados.

A angústia nos períodos de festividades é a pauta do Artigo "A Obrigação De Ser Feliz".

Os Florais de Bach também foram enquadrados na temática, pois várias das plantas de onde se extraem suas essências estão presentes nas tradições de fim de ano.

Nem mesmo Papai Noel escapou do Artigo que nos remete à origem das lendas, incluindo um dos ancestrais do Terapeuta Holístico: os Xamãs.

A necessidade de controlar o tempo é o tema da matéria "Calendários, Deuses E O Nexo Temporal".

E, claro, sem nos prender a este período festivo, esta Edição igualmente apresenta matérias de interesse coletivo e que extrapolam qualquer data.

É o caso do Artigo "O Cliente E A Satisfação", que aborda como o Profissional deve atuar.

E, com tantas cores vivas nas decorações à volta, vem a calhar a matéria que nos lembra da importância do preto.

Concluindo esta Edição, a Alquimia Das Ervas vem ao auxílio de todos, seja nas festividades, seja durante todo o ano.

Nossos votos de uma excelente leitura e de um ótimos período de passagem para todos !

**Henrique Vieira Filho**
**Terapeuta Holístico**
**CRT 21001**

**Edição, Diagramação e Ilustrações**
Henrique Vieira Filho

**Organização**
SINTE - SINDICATO DOS TERAPEUTAS

**Homepage**
www.revistath.com.br

**Contato**
www.sinte.com.br
contato@sinte.com.br
0800-117810

**SINTE**
**Sindicato Dos Terapeutas**

**Alameda Santos, 211 cj 1403**
**São Paulo - SP CEP 01419-000**
**(11) 3171-1913**

**FLOR DE AZEVINHO**
**FLORAL HOLLY**

# OS FESTEJOS DE FIM DE ANO E OS FLORAIS DE BACH

**Muitos dos componentes das ceias e enfeites tradicionais das cerimônias de ano novo são derivados de plantas, cujas flores originam as essências de Bach.**

Existe Sincronicidade entre a utilidade destas essências e as lendas seculares e símbolos tradicionalmente associados a estes artigos tão comuns nos festejos de ano novo, mesmo em nossa sociedade atual.

Observando com atenção, encontraremos nas festividades de ano novo, muitas das plantas de que se extraem as essências **Florais de Bach**.

E, como tinha que ser, há muitas **SINCRONICIDADES**, ou seja coincidências especiais, entre as aplicações destes florais e o simbolismo que chegou até nossos dias.

A tradição de enfeitar um pinheiro, por exemplo, teve início há milhares de anos, nos ritos dedicados a Átis, esposo da deusa Deméter (Cibele), sendo que cortavam a árvore e a enrolavam como a um cadáver, representando a morte desta divindade grega-romana. O dia seguinte era de luto e de jejum.

Depois disso, passavam dos gritos de desespero para um júbilo delirante com banquetes fartos e alegria pela ressurreição de **Átis**, sendo então o pinheiro colocado em pé e enfeitado com ornamentos festivos...

Modernamente, essa mesma planta simboliza o período natalino, sendo usada nas comemorações do aniversário de Cristo, que segundo a tradição, foi aquele que assumiu todas as culpas, perdoou e ressuscitou.

Assim também atua a essência extraida da flor do pinheiro (**Pine**) que nos ajuda a superar nossas culpas, permitindo que renasçamos como uma pessoa melhor.

Outro enfeite típico dessa época do ano é a guirlanda, originalmente feita com visco e AZEVINHO, sendo que desta planta que se obtém o **floral Holly**.

Quem gosta de desenhos animados, certamente se recorda do clássico Tom e Jerry, onde em plena perseguição, o rato aponta para o Holly na guirlanda e, imediatamente, Tom esquece a raiva e se vê compelido a beijá-lo, como manda a tradição americana.

Assim também o é com sua essência floral respectiva, que nos ajuda a abrandar os ânimos, despertando nosso lado mais afetuoso.

Ainda que sem sentido para o clima tropical do dezembro brasileiro, por tradição, várias frutos europeus são partilhados nas ceias comemorativas deste mês, como por exemplo, a noz, de cuja mesma planta se extrai o floral

**Walnut**.

De acordo com a "doutrina das assinaturas de Paracelso" (semelhante trata semelhante...), podemos extrapolar com a imaginação e interpretar este fruto como um "cérebro" protegido por um "capacete".

A essência da flor da Nogueira justamente auxilia a quem dele bebe a centrar suas idéias, ficando protegido das influências e opiniões de outras pessoas.

Os mais diversos tipos de castanhas também compõem a farta mesa comemorativa, sendo que das flores de outras da mesma espécie, várias essências energéticas são extraídas.

A Castanheira-da-Índia nos fornece dois florais. De sua flor em botão, obtemos o **Chestnut Bud**, que nos ajuda a evitar de cometer os mesmos erros de sempre (atentem que é parte das "resoluções de fim-de-ano" as pessoas prometerem a si mesmas que farão as coisas de forma diferente, daquela data em diante...).

Na maturidade da flor é extraída a essência **White Chestnut**, que auxilia a dissipar os pensamentos persistentes, por sinal, muito comum nestes períodos, justamente por analisarmos tudo que fizemos ou deixamos de fazer durante o ano que finda.

E, temos também, a Castanheira Vermelha, do floral **Red Chestnut**, justamente para aqueles que se desgastam com excesso de zelo com

seus entes queridos, característica acentuada nas costumeiras reuniões familiares típicas dos festejos.

Por último, o **Sweet Chestnut**, do Castanheiro Doce, que nos conforta nos momentos de maior desespero. Afinal, justamente enquanto muitos se alegram nestes períodos, outros tantos entram em profunda desarmonia, sentindo-se ainda mais sós, mais ansiosos e frustrados, ao refletirem sobre o ano em término.

Na decoração das casas, é comum o uso de estrelas, o que nos remente ao floral **Star-Of-Bethlehem** (Estrela-de-Belém).

Em todas as culturas, a estrela cadente simboliza o alerta de que algo importante está acontecendo e que grandes mudanças se iniciam, quer sejam tragédias, quer sejam salvações.

Na tradição cristã, o nascimento de Jesus é anunciado desta forma, bem como, centenas de anos antes desta história, a estrela SaVaNaORaHa comunica o nascer de um dos budas, Agni, filho de Maya, a mãe-virgem, e de Twâstri, o carpinteiro, com o bebê acomodado entre a vaca mística e o jumento...

Esta essência igualmente auxilia a quem dela utiliza a iniciar uma nova fase, como a salvação anunciada perante traumas e tragédias acontecidas em nossas vidas.

Toda festividade de passagem inclui o vinho, que é a "água da vida", o "sangue divino", simbolismo este comum para quase todas as culturas conhecidas.

Na psicanálise junguiana e na alquimia, equivale à transmutação pela *solutio*, onde se dissolve os aspectos rígidos da personalidade.

Assim o é, tanto com a essência floral **Vine,** como o era a embriaguês divina nos rituais dionisíacos (ver o artigo Floral Vine e a Lenda de Penteu), quanto também despertar o divino em si, bebendo o sangue de deus.

Cerca de 500 a.C., no principal templo da antiga religião do Mitraísmo (mesmo local onde hoje em dia está implantado o Vaticano...), havia rituais que simbolizavam a história em que o deus Mitra reparte o pão, a carne e o vinho, com seus doze discípulos, pouco antes de ser morto pelos pecados da humanidade e ressuscitar ao terceiro dia, redimindo a todos com seu perdão...

Quem conhece o conceito junguiano de **Arquétipo**, certamente não estranha o fato de que histórias semelhantes se repitam em várias culturas e religiões diferentes, separadas pelo tempo e espaço, pois, afinal, o inconsciente é coletivo e compartilhado por toda a humanidade.

Enfim, espero que após este breve artigo, cada um de nós aplique um olhar diferente aos rituais de fim-de-ano.

E, claro, bons **Florais de Bach** para todos !

Este artigo baseou-se no livro:

Florais de Bach Uma Visão Mitológica, Etimológica e Arquetípica
Autor: **Henrique Vieira Filho** - Terapeuta Holístico - CRT 21001
Editora Pensamento

Que pode ser adquirido nas melhores livrarias, além de, via postal, em www.livroteca.com.br.

# AS TRADIÇÕES XAMÂNICAS E SUA INCORPORAÇÃO À MITOLOGIA DO "PAPAI NOEL"

**Antigos sacerdotes do norte, cogumelos, renas, São Nicolau e até um refrigerante famoso...**

**Um paralelo entre os costumes dos antigos xamãs siberianos, a figura de São Nicolau e como tais histórias mesclaram e chegaram até nossos dias, transformada em "Papai Noel".**

Já abordei em outra oportunidade que os atuais **Terapeutas Holísticos** descendem, em sua forma de terapia, dos antigos xamãs e sacerdotes (ver artigo Xamãs - Os Precursores dos Terapeutas Holísticos Modernos), sendo que, é claro, adaptando as técnicas às normas da sociedade atual.

Por exemplo, séculos atrás, o acesso ao inconsciente, não raro, era obtido via ervas alucinógenas, enquanto que, na **Terapia Holística**, o mundo onírico é alcançado de forma bem mais saudável, com métodos de relaxamento, associações de idéias, vivências induzidas pelo toque, hipnose, dentre outras opções.

Desta vez, focaremos na figura milenar dos Xamãs Siberianos, vestindo suas pesadas roupas de pele, viajando velozmente em seus trenós puxados por renas, em busca do sagrado cogumelo vermelho e branco, colhidos um a um e armazenados em um saco de couro, para serem compartilhados com os membros destacados da tribo.

O sacerdote entra pela chaminé das moradas (a passagem para as pessoas e para a fumaça das fogueiras é a mesma, neste tipo de tenda...), presenteando os moradores com suas cantigas, danças e, é claro, o fungo mágico, o qual, para ter sua toxidade diminuída, é assado na fogueira, espetado em galhos. Alguns dos efeitos deste vegetal é a sensação de voar, além de vermelhidão nas bochechas e nariz, comumente acompanhados de surtos de gargalhadas...

Qualquer semelhança com a moderna figura do **Papai Noel** de rosto rosado, aterrizando de seu vôo, colocando presentes à lareira, assando marshmallows e rindo à toa, é muito mais do que coincidência...

Das terras geladas do Norte, as histórias destes poderosos xamãs migraram para o restante do mundo ocidental, criando sincretismo com as lendas já estabelecidas anteriormente.

Para alcançarmos a mercantilizada e moderna figura do "Papai Natal" (*natalis* no latim, derivada do verbo *nascor* ou seja, "nascer", de onde originaram "natal", em português, "natale", em italiano, e "noël", em francês...), temos que destacar a forte influência de duas organizações muito poderosas: a antiga igreja romana e... o fabricante de um famoso refrigerante !

Uma das eficientes estratégias de disseminação na "nova" religião era a de incorporar para si, as datas, festejos, ritos e personagens de suas "concorrentes", adaptando-os para si.

Desta forma, eram mais facilmente aceitos e compreendidos pela população, acostumada com os antigos deuses e cerimônias.

Por exemplo, a data comemorativa do nascimento de Jesus de Nazaré foi alterada mais de uma dezena de vezes, convenientemente coincidindo com festividades já existentes do público alvo.

A última data assumida corresponde ao solstício de inverno no hemisfério norte, ocasião em que festejavam o deus Mitra, cujo principal templo era onde hoje se encontra o Vaticano...

Especificamente sobre o tema deste artigo, os publicitários (também me considero um...) papais conseguiram "salvar vários coelhos com uma só cajadada no caçador" (é que sou vegetariano...): criaram o "super-xamã" !

Nenhum trenó de renas voava mais veloz do que o do bispo Nicolau...

Ninguém trazia presentes melhores que os dele: moedas de ouro para as donzelas sem dote e brinquedos para as crianças, fabricados por um exército de demônios que ele subjugou, obrigando-os a trabalhar para ele.

As mesmas forças que transformaram "vossa mercê", em "vós mecê", depois em "mecê", "você", "ocê", até o atual "cê", fizeram com que "Saint Nikolaus" (Santo Nicolau) migrasse para os Estados Unidos, como "Santa Claus" e de um bispo católico, para um personagem cristão genérico.

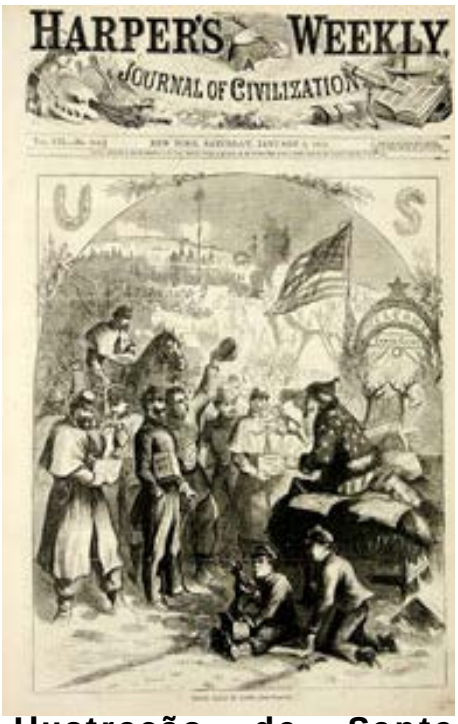



**Ilustração de Santa Claus, por Thomas Nast**

Novamente, os publicitários tem seu papel nesta história e a primeira figura da nova versão do personagem de que se tem notícia é de 1863, de autoria de **Thomas Nast**, mantendo traços de figuras bíblicas, como a respeitável barba branca, mas trajando roupas estilo esquimó, apropriadas às terras gélidas e distribuindo presentes, como o santo católico e os xamãs.

Pela primeira vez, a lenda de ***Santa Claus*** aparece associada aos festejos natalinos, tradição esta incorporada em definitivo até nossos dias.

Alguns estudiosos do xamanismo afirmam que, nas cerimônias com os cogumelos sagrados, os sacerdotes vestiam-se com as mesmas cores deste alucinógeno vegetal (cogumelo xamãnico, vermelho com círculos brancos...).

Eis que em 1931, finalmente o personagem é ilustrado com vermelho e branco, justamente as cores do rótulo da bebida que patrocinou a campanha publicitária, que se renova todos os anos, desde então, associando o "bom velhinho" a esta marca específica.

É uma ironia do destino que, este produto que nasceu como xarope para dores de cabeça e que se reinventou como refrigerante, utilize as mesmas cores do fungo "mágico"...

Ainda mais porque seu nome sugere que os extratos vegetais de sua fórmula secreta tenham a ver com a folha-de-Coca e a noz-de-Cola, poderosos estimulantes, mas que, felizmente, longe estão da toxidade da referida planta xamânica.

Claro, sei que existe muitas outras versões igualmente plausíveis para tudo que abordamos neste pequeno texto.

Creio que nunca saberemos o que é verdade e o que é ficção, quais histórias foram propositadamente criadas com fins bem definidos e as que surgiram espontaneamente oriundas dos sonhos e anseios da humanidade.

**Santa Claus - Campanha Coca-Cola - 1931**

O importante é constatarmos que estas festividades, mais do que simples produtos do mercantilismo moderno, remontam ao universo dos **Arquétipos**, dos **Símbolos** e do **Inconsciente Coletivo**, que fascina não só aos **Terapeutas Holísticos** (inclusive, por obrigação profissional de estudar...), como a qualquer indivíduo em busca do conhecimento.

Independente disso, ainda que no Brasil seja verão, desejo um **feliz festejo de solstício de inverno para todos !**

**Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001**,

é autor de diversos livros da profissão, ministra aulas na **CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**.

contato@sinte.com.br (11) 3171-1913

**Jano - Guardião do Tempo - Modelo: Pam - Arte Digital: Henrique Vieira Filho**

# CALENDÁRIOS, DEUSES E O NEXO TEMPORAL

**Final de ano, início de outro...**

**A humanidade desenvolveu CALENDÁRIOS como uma tentativa de compreender, prever e até conquistar o TEMPO e, assim, acalmar boa parte de nossos temores quanto a este conceito que parece fluir em constante fuga, sendo a distância entre a causa e o efeito de tudo que presenciamos.**

Estabelecer e seguir um calendário é adquirir a sensação de segurança, de integrar-se ao ritmo do Universo e esta iniciativa é milenar e comum a todas as culturas.

Existe uma infindável variedade de medições do tempo conhecidas, destacando-se os calendários egípcio, grego, asteca, romano, maçônico, revolucionário (relativo à Revolução Francesa de 1789), chinês, muçulmano, gregoriano....

O que existe em comum é a tentativa de marcar no tempo, pontos de referência que relacionados aos fenômenos naturais, cuja evolução e repetição periódica são passíveis de observação.

> Organizar o tempo é ter-se a impressão de dominar, através da regulamentação, aquilo a que não se pode escapar. É possuir um meio de marcar as etapas da própria evolução humana, exterior ou interior, e de celebrar, ao mesmo tempo, numa data fixa, tudo aquilo que faz lembrar as relações do homem com os deuses ou o cosmo, ou com os mortos. A contemplação de um calendário evoca o perpétuo reinício. Ele é o símbolo da morte e do renascimento, assim como da ordem inteligível que preside ao escoamento do tempo; é a medida do movimento.

(Extraído de CHEVALIER, Jean - Dictionnaire des Symboles. Paris, Éd. Robert Laffont S.A. e Ed. Júpiter, 1982)

Por serem mais curtos e mais fáceis de observar, os ciclos lunares formaram a base dos calendários de muitas culturas. O ciclo solar é mais complexo, exigindo estágios culturais mais avançados para serem adotados.

O calendário egípcio antigo já era bem elaborado e perfeitamente adaptado às necessidades locais: ano de 365 dias, dividido em 12 meses de 30 dias e mais 5 dias adicionais, sendo os meses, agrupados em três estações: inundação, inverno, verão.

Dias e noites são divididos em 24 horas, que a astronomia helenística subdividirá em 60 minutos, de acordo com o sistema sexagesimal que é de origem babilônica.

Já entre os primeiros hebreus, o sistema era lunar, herdado dos fenícios, porém, no período bíblico, passou a ser solar.

Via de regra, o calendário está em paralelo com os ciclos da natureza.

Porém, a modernidade impôs, de forma global, uma uniformidade COMERCIAL, sendo adotado um mesmo padrão em todo o mundo, ignorando-se a falta de sincronismo com os eventos naturais.

**Ampulheta Mística**
**Modelo: Rilda**
**Arte Digital:**
**Henrique Vieira Filho**

Por exemplo:

Eenquanto o "fim de ano", no Hemisfério Norte, está em sincronia com o **INVERNO**, ou seja, o período de declínio energético, do risco de morte, das adversidades da natureza, seguido na **PRIMAVERA**, como ponto de partida de um "ano novo", aqui **no Brasil**, temos que nos convencer que o ciclo "acabou" justamente no **VERÃO**, ou seja, quando estamos no auge da energia e deveríamos estar no máximo da ação...

Boa parte do calendário atualmente adotado, deriva dos modelos juliano (homenagem ao imperador romano Júlio Cezar...) e gregoriano (dedicado ao papa Gregório...).

Para melhor compreender os significados simbólicos atribuídos a cada mês, existe uma interessante série de poemas escritos por Públio Ovídio Nasão (Publius Ovidius Naso), em seu livro Fastos, onde descreve as festas religiosas romanas, dos seis primeiros meses do ano.

Mesmo sendo um autor "pagão", Ovídio permaneceu na lista de literatura "permitida" pelo Vaticano do século XII.

O mês de **Janeiro**, *Ianuarius mensis*, em latim, era dedicado ao deus Jano, protetor de todos os começos, representado com duas faces, uma voltada ao passado, outra, ao futuro, sendo conhecedor de tudo o que já ocorreu ou que virá a acontecer.

*Februarius mensis*, ou, **Fevereiro**, é o mês reservado às cerimônias de purificação e expiação denominadas **Februa**, não sendo dedicado exclusivamente a nenhuma divindade em especial.

**Março**, *Martius mensis*, relativo a Marte, deus guerreiro, era o mês inicial do antigo calendário romano, pois era considerado o pai mitológico de Rômulo, primeiro rei de Roma, além de preparar para a primavera (hemistério norte...) que aflora no mês seguinte, ou seja, **Abril** (*Aprilis, aperire*),

que significa **ABRIR**, período dedicado a Vênus, deusa da fertilidade, do amor; também, são homenageadas as deusas Flora, Vesta e Ceres.

O mês de **Maio** (*Maius mensis*, em latim), possui variadas versões quanto à etimologia: ou deriva da deusa **Maia**, mãe de Mercúrio, como também pode originar de "aos Maiores" (Maius), ou seja, período dedicado aos mais velhos, aos antepassados.

Por sinal, esta versão corrobora a de que **Junho** (*Iunius, iuvenis* = jovens, juniores...) fosse um período em homenagem aos jovens; outrossim, também pode ser atrubuído à deusa romana **Juno**, que é assemelhada à poderosa Hera, da mitologia grega.

Alguns estudiosos associam ao verbo *iungo*, que significa juntar, unir, pelo fato de ser este mês atribuído ao da unificação entre os romanos e os sabinos (após o episódio do "rapto das sabinas"...).

Os meses de **Julho** e **Agosto** homenageiam os imperadores romanos **Júlio** e **Augusto**, iniciando-se, a partir deste ponto, a nomeação sequencial numérica para os demais (antes de Júlio Cezar, o calendário era subdivido em 10 meses...):

**Setembro** (*mense septembri*, relativo ao numeral "sete"), **Outubro** (*Octóber mensis*, oito...), **Novembro** (*novembris*, nove...) e **Dezembro** (*decèmber*, dez...).

Como podemos constatar, nosso calendário atual é povoado por deuses, imperadores e algarismos romanos e certamente existe uma **SINCRONICIDADE** entre tais tópicos e as predisposições comportamentais de cada mês...

Se nas regiões Norte de nosso planeta, ainda existe uma cerca sincronia entre o significado de cada mês e as estações do ano, tornando mais fácil o entendimento, ainda assim, por força da globalização que padronizou as medições do **TEMPO**, perdeu-se a relatividade e universalizou que dezembro é o FIM (ainda que no Brasil, seja VERÃO e não inverno...) de um ciclo, que re-INICIA em janeiro (que aqui, ainda é verão, ao invés de PRIMAVERA...).

Na antiguidade, os povos comemorariam o término do período difícil, de tempo frio, neve, isolamento, falta de alimento, alegrando-se com a volta do calor, da abundância de recursos, do retorno às atividades, ao desbrochar da vida...

Modernamente, continuamos a celebrar, não mais pela sintonia de nossas emoções com a natureza à nossa volta, mas sim, muito mais por adaptações religiosas às datas festivas "pagãs" e pela pressão social que impõe a todos seu **calendário COMERCIAL padrão**.

Outrossim, não raro, muitos de nós sentem-se desconfortáveis, até mesmo envoltos em emoções "contra a corrente" do momento, vivenciando tristeza, raiva, medo...

Talvez, interiormente, estejam ainda em pleno **FOGO** de verão, desejosos em realizar sonhos, em materializar objetivos, enquanto o restante da sociedade lhe despeja um balde de gelo invernal, dizendo: acabou-se o TEMPO...

O mito de **Jano,** o rei-deus guardião de Saturno/Cronos (o tempo...), homenageado, não por acaso, em Janeiro (início dos anos...) nos apresenta um rosto voltado para o passado, outro, ao futuro e uma fusão que ocorre no exato momento da passagem entre os extremos, o **NEXO**, instante fora do tempo e espaço, em que é sentida intensa comoção pelo término de um ciclo de vida.

O sofrimento experienciado por muitos de nós, é consequência da permanência no **Nexo**, refúgio desconfortável onde se ilude eternizar aquilo que é efêmero, passageiro....

É o **complexo saturnino**, descrito na **Psicanálise,** com a recusa de "perder", de deixar passar, aquilo a que nos ligamos sucessivamente na vida, evocando o outro lado do mito de **Cronos**, em que devora seus próprios filhos.

**Jano** toma conta do **TEMPO**, sem jamais pretender dominá-lo ou detê-lo.

É igualmente o senhor dos portais, das entradas e saídas, e ao fechar uma porta, simultaneamente abre outra...

Sofremos por insistir no caminho já trilhado e agora fechado, deixando de perceber a nova porta aberta, à espera de nossa passagem por ela.

Ainda que sem sincronia perfeita com a natureza (individual e ambiental...), que o calendário que, não por acaso, adotamos, bem nos sirva para cerrar, como chave-de-ouro, as portas em 2014 e para abrir o **novo ciclo de 2015**.

Esses são os votos de um feliz rito de passagem, de seu colaborador junguiano e sem nexo.

**Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001**,

é autor de diversos livros da profissão, ministra aulas na **CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**.

contato@sinte.com.br (11) 3171-1913

# OBRIGAÇÃO DE SER FELIZ VS ANGÚSTIA DE FIM DE ANO

**Os meios de comunicação em massa imprimem uma "obrigação" de felicidade neste período do ano.**

**Vendem imagens de pessoas alegres, bonitas, festejando em famílias harmoniosas, todos de bem com a vida.**

**Quem não se enquadra neste estado de espírito se vê pressionado para "adequar-se", cobrança esta que pode amplificar ainda mais a angústia que sente.**

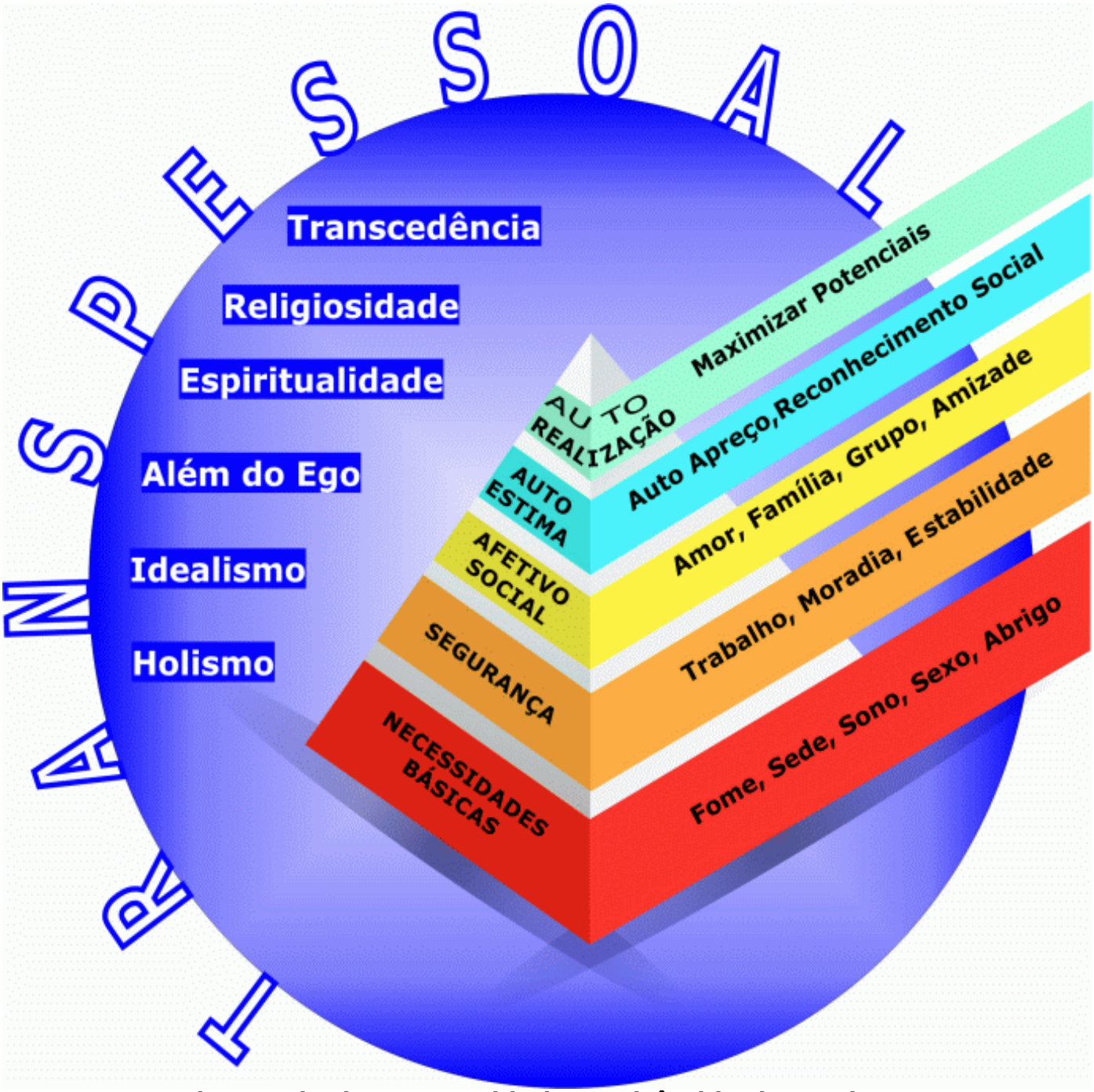
**Angustia de Fim de Ano**
**Modelo: Pamela**
**Arte Digital: Henrique Vieira Filho**

Estes festejos tem origem milenar relacionados ao final do inverno (frio, neve, escassez...) e o retorno do sol (calor, primavera, fartura de alimentos...).

Era uma celebração coletiva pela sobrevivência ao período mais difícil do ano e a esperança que vem com a nova estação.

Em nossos novos tempos, as necessidades básicas de sobrevivência da maioria estão supridas.

Por esta razão, os anseios se voltam para questões mais transcendentes, tais como a satisfação afetivo-social, a auto-estima e a auto-realização.




**Hierarquia das Necessidades - Pirâmide de Maslow -**
**Arte Digital: Henrique Vieira Filho**

A idéia de que estamos no “final” de um ciclo, via de regra, conduz a um “balanço de resultados” e, geralmente, a constatação é de que ficamos abaixo de nossas expectativas.

Em uma das variantes da mitologia natalina, a figura de Papai Noel é inseparavelmente relacionado à de seu ajudante, o qual carregava um saco para levar embora as crianças que não se comportaram bem durante o ano.

A versão foi sutilizada com o tempo e a sacola agora traz presentes para os bem comportados, enquanto os outros, nada recebem...

Ou, quando muito, uma pedra de carvão, alertando que não fez por merecer.

*"*

*Só a permanência oculta, mas ainda efetiva, da face severa e punitiva do velho Noel justifica que a ele sejam entregues em sacrifício os prazeres orais mais regressivos aos quais é preciso renunciar para crescer.*

*Bicos e mamadeiras são sacrificados anualmente no altar natalino em nome do Papai Noel.*

*A decoração natalina erige ostensivamente a rubra representação paterna à categoria de imagem incessantemente repetida.*

*Cada casa tem que ter o seu, pendurado dos mais diversos jeitos, ele sempre tem que estar presente, o onipresente pai que chega com o fim do ano.*

*O pai protege, mas ensina a crescer, dá mas exige que se conquiste.*

*Se muitos pais modernos sonegam ou procrastinam esta tarefa, bem vindo seja o Papai Noel a desempenhá-la antes que o ano acabe e os balanços anuais desabem sobre nossas sempre parcas realizações.*

*"*

*(Extraído do "Correio da APPOA", número 64)*

Existe introjetado em todo ser humano a "cobrança", a autocrítica, em grau menor ou maior e, para este último caso, o período de festas amplifica ainda mais a sensação de "frustração", perante as realizações não conquistadas que, não raro, ofuscam a percepção do que de positivo aconteceu.

O final do ano atua como "término de prazo" para concluir as metas almejadas.

Precipita um "julgamento" de que não fez por merecer, somando a sensação de culpa, às emoções de tristeza e até mesmo raiva, que parecem ter menos "espaço" de aceitação nestas épocas em que ser feliz se torna mais uma "obrigação" que não foi possível cumprir, retroalimentando a angústia pelo sentimento de inadequação.

No campo afetivo, cada um elabora suas "perdas" (mortes, separações, enfermidades, acontecimentos traumáticos, etc...), seus "lutos", de formas distintas, cuja duração não ocorre com "prazo", nem "data" pré-definidos para encerrar.

Porém, a sociedade "exige" que se festeje esse período, pressionando quem "ouse" estar em outra "sintonia" emocional. Entes queridos e próximos se esforçam para "impor felicidade", via de regra, na melhor das intenções, mas impedem a pessoa de vivenciar sua tristeza e, por consequência, de elaborar os acontecimentos e "crescer" com o processo.

Este período de festas também "exige" família perfeita, completa e harmoniosa, compartilhando presentes, refeições, sorrisos e abraços.

Mas, o que fazer com todas as brigas, os traumas, as mágoas, as agressões (emocionais e físicas nos mais variados níveis de gravidade...) ?

Apesar da incontestável beleza do ideal do perdão, a realidade deve ser aceita de que a superação vai muito além da intenção.

Quantos relatos já presenciei, em consultório, do terrível sofrimento de pessoas que se viram obrigadas a permanecer, lado a lado, junto a seus agressores, por serem "família" e estarem "festejando", tudo em nome do "espírito natalino".

E ainda "exigiam" sorrisos e abraços a serem sobrepostos ao pavor, ao ódio, à humilhação sentidas...

Em menor grau de traumaticidade, existe outras "cobranças" sutis que afloram nestes momentos em que se exije a "família padrão" propagandeada pelos meios de comunicação: os solteiros, os casais sem filhos, os que ainda não decidiram pela carreira ou optaram por uma não convencional...

Enfim, todos que não se enquadram no "retrato padrão" tendem ao sentimento de rejeição.

"

A festa de natal convoca cada um para que assuma seu lugar na família.

A ceia presente ou ausente, mais ou menos lauta ou festiva, termina sendo para todos uma espécie de teste.

Durante o ano podemos variar e ensaiar posição frente à família, mas na festa de natal o peso dos lugares está dado.

Para os namorados em qual família passar é um drama, para os solteiros ainda maior pois lhes é cobrado, ainda que ninguém lhe diga nada, a sua solidão.

Sabemos todos que é ali o dia de mostrar as melhores intenções quanto à continuação da família.

"

*(Extraído do "Correio da APPOA", número 64)*

Claro, muitas pessoas realmente se sentem bem neste período do ano.

Outrossim, este artigo é para observar que este "espírito festivo" não é aplicável a todos.

Muitos estão mais para negar sua dor, do que sinceramente alegres.

Pressionados pelas pessoas próximas, bombardeados pelos meios de comunicação que "vendem" a obrigação de ser feliz, seja pelas propagandas de momentos perfeitos, ou pela avalanche de filmes e músicas que remetem ao tema, quantos de nós utilizam de recursos capazes de "diluir" seus reais sentimentos e simular o "espírito festivo": consumismo exarcebado, festanças, excessos alimentares, drogas (bebidas, cigarros, entorpecentes, alucinógenos, etc, etc...).

Nestes casos, não raro, assim que cessam as emoções artificiais, o re-contato com as verdadeiras costumam ser ainda mais sofridos.

Nós, Terapeutas Holísticos, assim como muitos outros profissionais que também atuam com Psicoterapia, comumente interrompemos as atividades de consultório justamente nestes períodos festivos.

Temos a obrigação de nos dar conta que são momentos extremamente críticos para boa parte de nossos Clientes.

O ideal é que se trabalhe previamente sobre o tema, trazendo à pauta na Terapia a questão das festividades e que se desenvolva recursos capazes de amparar e harmonizar, para um melhor enfrentamento.

Por exemplos, vivências e/ou psicodramas, onde exercícios de imaginação conduzam o Cliente para as festas e situações de família, possibilitando a análise das reações, perspectivas e anseios, como um "treino" do que pode ocorrer, vivenciado no ambiente seguro de consultório.

Outro bom recurso são as essências florais, bem escolhidas e personalizadas (não existe "floral para fim de ano"; cada caso é um caso, cada momento do Cliente, uma composição única e diferenciada de essências..), ou, na impossibilidade de acompanhar o quadro emocional no período, utilizar do Rescue Remedy (sistema Bach), tradicionalmente aplicado em situações emergenciais.

Na verdade, TODAS as técnicas podem ajudar e muito, pois, quanto mais harmonizado o indivíduo, melhores serão suas condições em lidar com as adversidades.

E para todos os que leram este texto, desejo um ótimo período de festas !

Em tempo: **SEM nenhuma obrigação de ser feliz !**

**Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001**,

é autor de diversos livros da profissão, ministra aulas na **CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**.

contato@sinte.com.br (11) 3171-1913

# O CLIENTE E A SATISFAÇÃO

**O Cliente Como Espelho**
**Arte Digital:**
**Henrique Vieira Filho**

**O trabalho do Psicoterapeuta é fundamentado no estudo do comportamento social e dos processos mentais.**

**Não trata de "doenças", não enuncia diagnóstico, tampouco é um vendedor de serviço.**

**Deve estar capacitado para acolher, escutar e interpretar o cliente naquilo que contém em alguma coisa da sua fala.**

Contudo, tem o dever de esclarecê-lo e ajudá-lo a libertar-se da impossibilidade que se encontra no atual curso de sua vida, ou seja, ampliar o seu autoconhecimento.

O aprazimento ao cliente não é relevante em terapêutica. Existe uma grande diferença entre o atendimento terapêutico que busca a ampliação do autoconhecimento e o atendimento comercial que tem como objetivo a satisfação pessoal do cliente.

No segundo caso, o principal objetivo é manter a fidelidade com o atendimento ou com a marca do produto ou serviço; a lealdade; a qualidade percebida; a associação e a sensibilização que representam na perspectiva do prestador de serviço e do consumidor, a aferição da importância e da forma de como o serviço é prestado.

Este é o diferencial que permite as empresas auferirem lucros maiores, acarretando uma maior fidelidade do cliente e as protegendo dos ataques dos concorrentes.

Satisfação significa dentre outros: ação ou efeito de satisfazer ou satisfazer-se, contentamento; prazer resultante da realização daquilo que se espera ou do se deseja.

São muitas as formas e as práticas terapêuticas existentes, entretanto, há algo em comum: a satisfação com o trabalho. Isto porque, o cliente pode se libertar de seus conflitos com quaisquer técnicas, pois o que importa é o que ele foi, e o que atualmente é.

Aceitar o cliente como é, unindo sua sabedoria com a satisfação do Psicoterapeuta em seu trabalho, conduzirá a melhores esclarecimentos na ordem da linguagem terapêutica, sem nivelar ou querer formatar o outro.

Para MAGALHÃES (1997)[1]:

*"*

*Encontrar a satisfação no trabalho é algo desafiador.*

*Poucos têm esse privilégio.*

*No próprio Gênese, Deus amaldiçoa Adão com o trabalho:*

*"... comerás o pão com o suor do teu rosto."*

*Entretanto, é indispensável buscar a satisfação no trabalho.*

*Passamos no trabalho a maior parte do tempo que estamos acordados.*

*Se não fomos satisfeitos no trabalho, restará pouco tempo para a satisfação.*

*Há duas formas de estar satisfeito com o trabalho: a primeira é fazer o que gosta; a segunda é aprender a gostar do que se faz.*

*A primeira é bem mais fácil, desde que você saiba escolher.*

*Dedique-se ao que tem a ver com você, descobrindo sua vocação e seu interesse.*

*A segunda é mais difícil. Você vai ter de estudar a fundo o assunto, descobrir suas particularidades, envolver-se com ele, até tomar gosto.*

*Se não conseguir nem um, nem o outro, o máximo que poderá fazer é aprender a administrar sua insatisfação.*

*"*

O Psicoterapeuta deve resistir à tentação da satisfação pessoal do cliente de forma dissociada do seu trabalho, pois isso desgastará ou poderá ser um fator impeditivo à continuação da terapêutica.

O relevante na terapia é ajudar o cliente a se libertar dos problemas que o trouxeram até o Psicoterapeuta.

Entretanto, o Psicoterapeuta não pode se iludir, pensando somente no conjunto de ações no qual está trabalhando para atingi-las. Ao contrário, deve desenvolver estratégias para explorar o que está acontecendo com o cliente, para, então, decidir o que fazer.

A preocupação, não deve se centrar na expectativa de êxito ou fracasso, pois a fase será de adequação contínua às consequências das ações. Parece uma distinção sutil, mas pode ser profunda em seus efeitos sobre o processo da terapêutica na busca da ampliação do autoconhecimento.

Segundo PFEIL (2013)[2]:

"

*A expressão neutralidade benevolente, utilizada às vezes por Freud para se referir à conduta clínica do analista, deixa claro que não há identificação do analista com o cliente.*

*Simpatia, empatia, compaixão, compreensão, são sentimentos cuja natureza é suspeita numa relação terapêutica, uma vez que poderiam descambar para outra coisa: amizade, amor.*

*O divã é feito para um só se deitar, dois não dá certo. A relação analítica é baseada numa transação:*

*– Você me escuta, eu pago!*

*A gente paga o analista justamente para que ele não seja um amigo.*

"

O dinheiro é um elemento simbólico que garante a neutralidade do analista.

É certo que a necessidade de se alcançar com inteligência e perceber as intenções, levarão à simplificação, contudo, não deve haver o sentimento empático no relacionamento pessoal Psicoterapeuta x Cliente.

Entretanto, o primeiro deve aceitar e ao mesmo tempo ser capaz de contestar o segundo para evitar uma cumplicidade de admiração mútua.

O cliente poderá expressar uma forma pessoal que não tenha nenhuma relação aparente com o que o Psicoterapeuta está ouvindo.

Assim, o Psicoterapeuta deverá procurar compreender os prováveis mecanismos de defesa do cliente da forma mais profunda possível, tendo em vista que são prevalentemente inconscientes e podem ser transferidos.

Eles se exprimem sob forma de repulsa, impressão de estar sendo envolvido em algo insignificante, ou ainda, a sensação de ser ridículo.

É mais importante aprender a compreendê-los do que eliminá-los.

Sugerimos a observação atenta e audição adequada ao ritmo do relato do cliente.

Se o Psicoterapeuta tiver a impressão de ter compreendido imediatamente o cliente, logo verificará que também está preso a uma resistência. Por essa razão, enquanto escuta o cliente, é importante evitar interpretação efêmera.

Os clientes geralmente sentem dores psíquicas resultantes de vários sentimentos e muitas vezes não expressam claramente nada sobre essas angústias.

Uma forma de acolher o cliente ocorre antes de qualquer consideração sobre o seu estado emocional, ou seja, o que é revelado pela sua personalidade.

Vejamos o que diz GRAY(2005)[3]:

*"*

*[...] O autoconhecimento, junto com um pouco de experiência do mundo, estabelecerá então, facilmente, o padrão socrático de valores naturais e inevitáveis para qualquer homem ou qualquer sociedade.*

*Cada sociedade identificará esses valores na medida de sua inteligência e os defenderá na medida de sua vitalidade [...]*

*"*

De nada serviria reconhecer as diversidades humanas típicas, se isto não apresentasse também um passo adiante para se perceber os outros e para aproximar-se deles, porém é preferível que a intimidade que se desenvolve no trabalho recíproco, tenha dimensão menos concentrada na satisfação pessoal do cliente.

O Psicoterapeuta deve aprestar para apresentar o cliente a si próprio, ter conhecimento para uma possível, contudo, sadia desilusão do cliente com a terapia e, admitir como certo que a fonte do saber é e será sempre o relato que o cliente revelou.

*[1] MAGALHÃES de Alves Luciano. LAMPEJOS- Um ensaio sobre o método quadrifocal para a expansão da consciência-. 2a ed. BH - MG. Oficina de Arte e Prosa. 1997. 36 p.*

*[2] PFEIL Cláudio. Diário de um Analisando em Paris. 1a ed. Zagodoni. SP-SP 2013. 26 p.*

*[3] GRAY John. Cachorros de Palha. 1a ed. Record. RJ-RJ. 2005. 211 p*

**Raimundo Amim Lima Haddad - CRT 38326 - Terapeuta Holístico**, trabalha com Reiki, Calatonia, I Ching, Florais, Terapia Corporal e Fitoterapia, dentre outras técnicas.

amimhaddad@amimhaddad.com

# OS EFEITOS DA COR PRETA NA CROMOTERAPIA E NA SUA VIDA

Guerreira - Modelo: Andrea
Arte Digital: Henrique Vieira Filho

**O preto é a ausência da forma. Representa a decomposição simbólica do barro (solo fértil) e a imensidão do útero universal.**

**É condutor e portador da luz, guardando-a. É o mistério da vida. É a estrutura cósmica sem delimitação.**

**Representa o caos com ordem. É o princípio elétrico, ausência de forma, é o aquecedor da vida, morte e o renascimento espiritual. É o vácuo, mas também a matriz aonde vai se formar a luz.**

Simboliza a raiz das energias dos ancestrais.

A cor preta simboliza a energia telúrica (Terra). É uma cor que não doa nem recebe, não proporcionando troca de energias.

Quando você caminha sobre uma calçada de pedras portuguesas (pretas e brancas) em dias ensolarados, as pedras pretas ficam insuportáveis de serem tocadas pelo excesso de calor acumulado.

Quando se fala na linguagem das cores, o preto traz atmosfera silenciosa com um efeito repulsivo, isto é, de medo e com uma imagem espiritual da morte.

Às vezes nos parece uma cor invisível e na prática, achamos que ela pertença a um juiz, um padre ou até ao demônio.

A cor preta simboliza o extremo, o mundo visível transformando-se em invisível, espiritual, que nos remete à escuridão física e espiritual.

A extremidade escura toca o ponto da noite, da treva sagrada.

Todas as experiências se ligam ao preto. É lúcido, mas transparente, facilmente acessível ao impacto positivo e negativo.

Na escala das cores, situa-se no final do vermelho e começo do violeta.

No passado, o cinema retratava às vezes uma temática deprimente, mostrando pessoas à beira de um colapso nervoso, vestindo preto. À medida que o seu estado emocional ia melhorando as cores à sua volta suavizavam-se.

Quanto aos trajes, há algum tempo atrás os homens usavam roupas escuras, quase sempre pretas para seus principais compromissos.

O homem tinha que possuir uma roupa preta para atender compromissos sociais desde uma festa até um funeral.

Hoje, tudo mudou e os homens usam roupas com cores que refletem sua individualidade.

As mulheres também costumam usar o preto numa série de situações, porém, muitas o evitam porque as faz ficarem pálidas. As mulheres deveriam reduzir o excessivo uso desta cor.

O preto é a cor para a omissão. As pessoas usam o preto para serem discretas. As mulheres gordas "escondem-se" muitas vezes atrás do preto, esperando parecer mais magras. Ainda que a cor preta possa esconder algumas evidências do excesso de peso, também esconde os traços bonitos da mulher.

O preto tende a esconder o traço mais atraente da maior parte das pessoas: o rosto. Essa cor faz o sorriso parecer desanimado e os olhos sem brilho nem vitalidade.

Segundo Ruth Berger no livro "A aura e suas cores", se a mulher gorda usasse cores vivas e agradáveis, se transformaria numa pessoa mais juvenil, feliz e teria menos receio das críticas.

O preto é muito usado nos funerais porque se trata de um período de depressão causado pela perda da pessoa.

Na China, os funerais usam a cor branca, por acreditarem que a pessoa falecida foi para um lugar feliz, alcançando uma elevação social e espiritual.

Algumas vezes o preto pode parecer elegante. Só que muitas vezes esta aparência é causada por outros fatores, tais como o brilho e o esplendor que emana da pessoa que está usando essa cor.

O brilho poderia ser mais pronunciado se essa pessoa estivesse usando outra cor.

Muitos jovens gostam de trajar o preto com frequência. Ela faz com que os jovens formem grupos estanques (fechados), impedindo que interajam.

A cor preta faz parte do primeiro chakra como a cor vermelha. Por isso, faz com que as pessoas tenham a sensação de verticalidade, aumento de agilidade e opressão.

Daí as danceterias utilizarem em demasia as cores preta e vermelha.

As mulheres orientais usam muito o preto para guardarem sua sexualidade. Na maioria das regiões agrícolas de Portugal e Espanha, o preto é muito usado por homens e mulheres na vestimenta para aquecê-los no inverno.

**Dirceu Bastos Galhardi - CRT 40933 - Terapeuta Holístico,**

trabalha com Cromoterapia, Radiestesia, Reiki, Auriculoterapia, Feng Shui, dentre outras técnicas.

Manjericão
Foto e Arte Digital:
Henrique Vieira Filho

# ALQUIMIA DAS ERVAS

**O uso da "magia" das plantas é uma tradição que remonta os tempos utilizadas largamente pelos povos egípcios, hindu e chinês, comunidades pagãs e xamânicas, para muitas finalidades, como harmonizantes, feitiços de amor e proteção.**

**As plantas atuam como um veículo que se obtém um resultado desejado independente de fé e crenças e da força de quem utiliza, devido ao fato delas terem níveis elevados de propriedades energéticas, favorecendo em seus múltiplos usos a eficácia.**

A aura das pessoas e dos lugares funciona como antenas que recebem e enviam mensagens entre si, que são decodificadas através da nossa intuição.

Quando passamos por situações estranhas, energias desequilibradas se agregam à nossa aura e permanecem lá por muito tempo provocando desequilíbrios.

Ao tomarmos um Banho de Ervas, por exemplo, "limpamos" a nossa aura fazendo com que ela volte a funcionar normalmente e harmonizando os nossos chakras.

Cada planta tem características próprias que interagem com as nossas energias provocando as mudanças necessárias.

As ervas podem "limpar", energizar, melhorar a auto-estima, revitalizar...

Relaciono, aqui, uma pequena lista de ervas, plantas e suas propriedades “mágicas” para ser utilizados em banhos, chás e ou queimas.

**Sálvia:** Amarre maços de ervas verdes e pendure nos quatro cantos de sua casa para a proteção. Ela secará e poderá permanecer ao longo do ano.

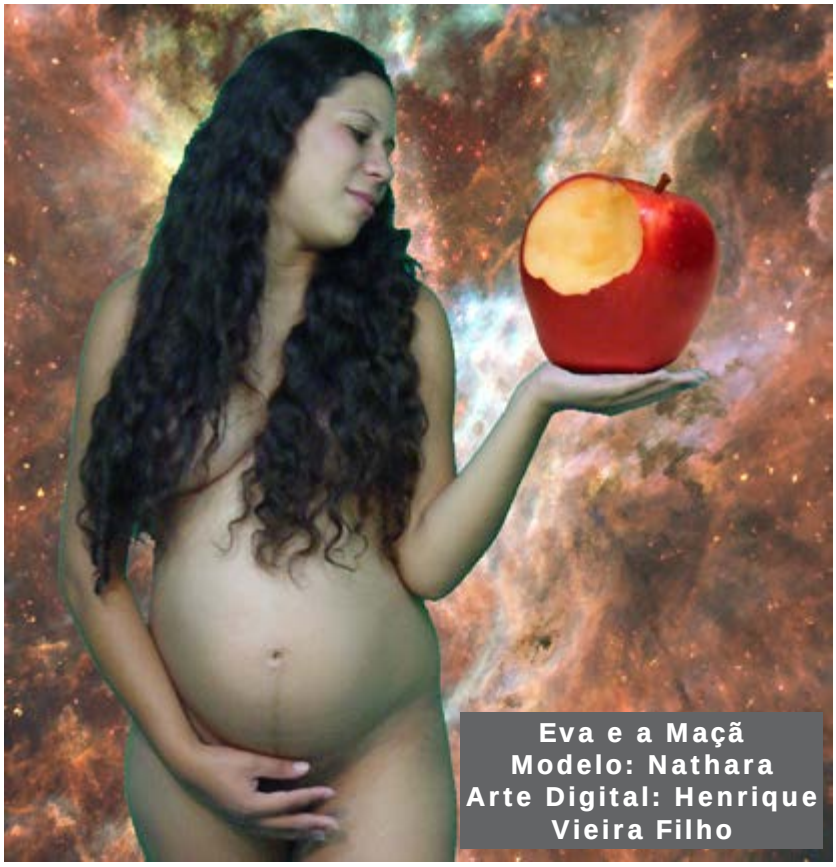
**Alecrim:** proteção, purificação, produz o sono, rejuvenesce... Um chá de alecrim faz com que a mente fique alerta.

**Lavanda:** A planta perfeita para ajudar a se abrir para o amor. Dentro do seu travesseiro, vai lhe dar uma boa noite de sono.

**Cravo:** Use a “magia” do cravo para a proteção, força e harmonia. Coloque os cravos no quarto de quem estiver em desequilibrio, para lhe proporcionar vitalidade.

**Manjericão:** É utilizado em banhos de purificação. Polvilhe no chão para a “proteção” e queime como incenso para “limpezas” energéticas.

**Anis:** Coloque sementes de anis em um saquinho de algodão e utilize dentro do travesseiro para afastar os pesadelos. É muito utilizada para aumentar os níveis de proteção, purificação, juventude e ampliar poderes psíquicos. Use para meditação. Podem ser utilizados em banhos de purificação. As sementes são queimadas como incenso para aumentar a concentração, e também são usados como contas para a mesma finalidade.



**Eva e a Maçã**
**Modelo: Nathara**
**Arte Digital: Henrique Vieira Filho**

**Maçã:** Para a harmonizar, corte uma maçã em três pedaços, esfregue sobre a parte afetada do corpo, e enterre no jardim. Faça isso durante a lua minguante para banir os desequilíbrios. Pó de sementes secas e cascas servem para queimar como incenso. Excelente purificadora de energias raivosas de um ambiente.

**Canela:** Favore a espiritualidade, o sucesso, o poder psíquico e predispõe para o amor. Quando queimada como incenso, levanta altas vibrações energéticas. Estimula o poder psíquico e produz vibrações protetoras.

**Babosa:** protege de influências malignas e de acidentes dentro de casa. Pode ser plantada em vasos.

**Camomila:** Tradicionalmente utilizadas pelas “bruxas” para propiciar abundância. Para superar um sentimento negativo, use camomila primeiro mergulhada em água morna, em seguida, polvilhado com manjericão.

**Erva-doce:** Pendure em janelas e portas ou leve com você, para "proteção".

**Hortelã:** É a erva perfeita para usar quando você está planejando viajar e propiciar prosperidade. Deve carregá-la consigo. Manter sempre um vaso de hortelã na casa.

**Girassol:** cultivá-lo no seu jardim e trará para a sua casa a boas energias e leveza ao ambiente.

**Mais algumas dicas:**

**Lírio-da-paz** no chão do quarto filtra as energias negativas.

Ter um vaso de **Arruda com Guiné** traz "proteção" e filtra as energias negativas.

**Rosas** vermelhas propiciam saúde.

Quando você tiver uma festa em sua casa, depois de varrer o chão, jogue o pó em um vaso de **Arruda** para reciclar as energias nocivas.

Para melhor lidar com os problemas amorosos, tenha uma **Azaleia** em casa.

**Alecrim** purifica o ar e afasta energias ruins.

**Rosa** e **Jasmim** acalmam e aumentam a auto-estima.

Chá de **Hortelã** deve ser passado no chão do quarto para tirar as energias ruins.

Chá de **Alecrim** ajuda alegrar a alma.

Se você está nervoso, pegue uma **Maçã,** corte em 4 pedaços e faça uma infusão por 20 minutos, use-a em um banho.

Em tempo, eis dicas especiais para a "virada" do ano:

No dia 31 de dezembro, "sacoleje" a energia de sua casa.

Pegue uma folha de **Espada de São Jorge** e bata com ela nas paredes e portas para eliminar as energias negativas.

Passe pano nos móveis, chão e paredes com um chá de **Manjericão, Alecrim e Alfazema**.

Depois da limpeza, tome seu banho normal e leve consigo um chá morno feito com **Manjericão, Cravo, Canela e Rosas** vermelhas. E jogue no corpo.

Queime **Sálvia, Aniz**, sementes de **Maçã**, folhas de **Hortelã**. As folhas não necessitam estarem secas.

Coloque numa vasilha de barro as folhas, sementes e despeje um pouco de álcool para churrasqueira, e deixe queimar, levando-o em cada ambiente, mentalizando força, equilíbrio e proteção ao longo do novo ano para a casa e família.

Desejo a todos um feliz Natal e 2015 muito próspero.

**Celi Coutinho - Terapeuta Holística - CRT 21270,**

é autora de vários livros e atua com Terapia Ayurvédica, Numerologia, Yôga dos Números e Terapia Tântrica.

**www.celicoutinho.com.br**

# Sinte

## Comemorando 23 anos de vitórias em prol da Terapia Holística em todo o Brasil

MINISTÉRIO DO TRABALHO
SECRETARIA DE RELAÇÕES DO TRABALHO

CERTIDÃO

**********O SECRETÁRIA DE RELAÇÕES DO TRABALHO, no uso de suas atribuições, CERTIFICA para fins de direito que, com fundamento na Instrução Normativa nº 01/97, foi concedido no despacho publicado no D.O.U. de 16.07.98, seção I, pág. 01, referente ao processo de nº 46000.002902/97, do Sindicato dos Terapeutas do Estado de São Paulo, registro de alteração estatutária na denominação, categoria e base territorial, passando a denominar-se Sindicato dos Terapeutas - SINTE, representante da categoria econômica das Pessoas Físicas e Jurídicas que exerçam as seguintes atividades: Aconselhamento, Acupuntura, Alimentoterapia, Antroposofia, Apiterapia, Aromaterapia, Artes Divinatórias(I Ching, Astrologia, Tarô, Búzios, Runas, Quirologia, etc.), Artes Marciais(Kung Fu, Judô, Caratê, Tae-Kon-do, Tai-Chi-Chuan, Capoeira, etc.), Arteterapia, Auriculoterapia, Ayurveda, Biodança, Bioenergética, Calatonia, Calatonia Auricular, Terapia Chinesa, Chi-Kang, Cinesiologia, Terapias Corporais(Bioenergética, Tai-Chi-Chuan, Artes Marciais, Dança, Expressão Corporal, RPG, Rolfing, Yoga, Relaxamento, Chi-Kan, Técnicas Respiratórias, Dando do Ventre, etc.), Cristaloterapia, Cromopuntura, Cromoterapia, Cura Prênica, Dança do Ventre, Do-In, "Medicina" Energética, Enzimoterapia, Estética Integral, Fitoterapia, Terapia Floral, Hidroterapia, Hipnose, Homeopatia Prática, Terapia Holística, Terapia Indiana, Iridologia, Jim Shin Jyutsu, Laserterapia, Litoterapia, Magnetoterapia, Massagem, Meditação, Mitologia Pessoal, Maxabustão, Musicoterapia, Naturoterapia ou Naturopatia ou Terapia Naturista, Neurolingüística, Oligoterapia, Ortomolecular, Parapsicologia, Psicologia, Quiropatia, Radiestesia, Radiônica, Reflexologia, Regressão, Terapia Reichiana, Reiki, Relaxamento, Ressonância Biofotônica, Rolfing, Sankhya, Shantala, Shiatsu, Tai-Chi-Chuan, Terapia Transpessoal, Trofoterapia, Tui-Na, Ventosaterapia, Vivências, Yogaterapia, Sofiaserterapia, Terapias Mentais(Indução, Paranormalidade, Meditação, Método Arica, Vivências, Heteroausgestão, etc), Alquimia, Elementoterapia, Terapia da Aprendizagem Perfeita e demais áreas afins, com abrangência nacional e base territorial Nacional.**********

Brasília, 20 de julho de 1998

JOÃO CARLOS ALEXIM
Secretário de Relações do Trabalho

**A Sociedade prestigia e confia nos Profissionais que conquistaram a CRT - Carteira de Terapeuta Holístico Credenciado, sempre requisitando junto ao SINTE - Sindicato dos Terapeutas as indicações de filiados.**

**Afinal, quem for credenciado ao SINTE assina, via contrato associativo, o compromisso público ao cumprimento de nossas normas éticas e qualitativas, atuando a CRT como símbolo máximo de excelência Profissional.**

**Já os verdadeiros Profissionais fazem questão de se associar, para garantirem o justo diferencial de mercado, que é o usufruto da CRT.**

**Além de, é claro, beneficiar-se dos inúmeros serviços EXCLUSIVOS aos filiados ao SINTE, tais como assessoria técnica, jurídica e de marketing (especializadas na Profissão...), site e e-mails profissionais, educação continuada, materiais didáticos...**

**Enfim, benefícios de valor inestimável e fundamentais para o sucesso Profissional.**

**É o SINTE fazendo cada vez mais e melhor por VOCÊ !**

Sinte

**www.sinte.com.br**
**contato@sinte.com.br**

**0800-117810**
**(11) 3171-1913**

**Alameda Santos, 211 cj 1403**
**São Paulo - SP CEP 01419-000**